

CASE REPORT**PENERAPAN TERAPI MENULIS EKSPRESIF TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA PASIEN PENYALAHGUNAAN NAPZA***Application of Expressive Writing Therapy to Enhance Self-Acceptance in Individuals with Substance Use Disorders***Nabila Garnis Pramesti¹, Yanuar Fahrizal^{2*}, Triyana³**¹Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia²Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia³RS Soerojo Magelang, Magelang Utara, Magelang, Jawa Tengah, Indonesia*Korespondensi: yanuarfahrizal@umy.ac.id**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:

Diterima: 23 Mei 2025

Revisi: 10 Juni 2025

Disetujui: 28 Juni 2025

Kata Kunci:

Ekspresif;

Menulis;

NAPZA;

Penerimaan diri.

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyalahgunaan NAPZA berdampak buruk terhadap kondisi psikologis dan sosial individu, termasuk menurunnya tingkat penerimaan diri. Rendahnya penerimaan diri dapat memperburuk proses pemulihan. Salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri adalah terapi menulis ekspresif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi menulis ekspresif terhadap peningkatan penerimaan diri pada pasien penyalahgunaan NAPZA. **Metode:** Penelitian ini merupakan studi kasus dengan desain *pre-post experimental* pada satu pasien laki-laki berusia 27 tahun yang sedang menjalani rehabilitasi. Intervensi menulis ekspresif diberikan selama 12 hari dan dievaluasi menggunakan *Berger Self-Acceptance Scale*. **Hasil:** Terdapat peningkatan skor self-acceptance dari 110 (kategori rendah) menjadi 135 (kategori sedang) setelah intervensi dilakukan. **Kesimpulan:** Terapi menulis ekspresif efektif dalam meningkatkan penerimaan diri pada pasien penyalahgunaan NAPZA dan dapat digunakan sebagai bagian dari intervensi psikososial selama rehabilitasi.

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 23 May 2025

Revised: 10 June 2025

Accepted: 20 June 2025

Key Words:

Expressif;

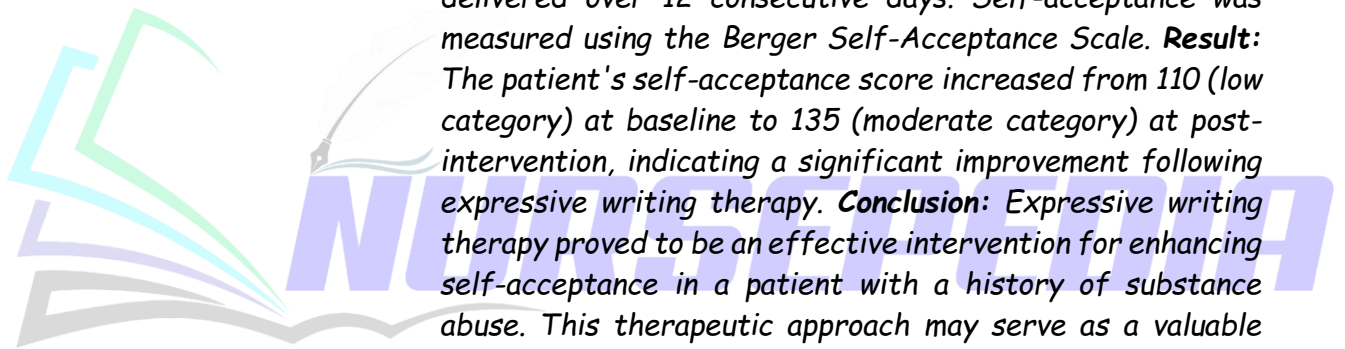
NAPZA;

Self-acceptance;

Writing.

ABSTRACT

Background: Substance use disorders significantly affect individuals' psychological well-being and social functioning, often resulting in diminished self-acceptance. Low levels of self-acceptance may hinder recovery and increase the risk of relapse. Expressive writing therapy, which encourages individuals to process emotional experiences through structured writing, has been proposed as a supportive intervention to enhance self-acceptance. **Aims:** This case study aimed to examine the effectiveness of expressive writing therapy in improving self-acceptance in a patient undergoing rehabilitation for substance use disorder. **Method:** This study is a case report with a pre-post experimental design employed with a 27-year-old male patient at a drug rehabilitation ward. The intervention was delivered over 12 consecutive days. Self-acceptance was measured using the Berger Self-Acceptance Scale. **Result:** The patient's self-acceptance score increased from 110 (low category) at baseline to 135 (moderate category) at post-intervention, indicating a significant improvement following expressive writing therapy. **Conclusion:** Expressive writing therapy proved to be an effective intervention for enhancing self-acceptance in a patient with a history of substance abuse. This therapeutic approach may serve as a valuable component in holistic rehabilitation strategies for individuals with substance use disorders.



LATAR BELAKANG

Narkotika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA) merupakan zat yang berefek terhadap sistem saraf pusat dan berisiko menimbulkan ketergantungan psikologis maupun fisik yang dapat menyebabkan gangguan pada fungsi mental serta perubahan perilaku yang menyimpang dari kondisi kesadaran normal (Ropei, 2020). Saat ini NAPZA banyak disalahgunakan. Penyalahgunaan NAPZA adalah penggunaan zat yang bukan untuk pengobatan medis yang menimbulkan perubahan fungsi fisik dan psikis serta menimbulkan ketergantungan tanpa adanya resep atau tanpa pengawasan dokter (Wattimena et al., 2022). Pada tahun 2022 jumlah pengguna narkoba di dunia meningkat sebanyak 20% menjadi 292 juta dalam kurun waktu 10 tahun yang diperkirakan 64 juta orang di seluruh dunia menderita gangguan penggunaan narkoba, namun hanya satu dari 11 yang menjalani perawatan (United Nations Office on Drugs and Crime, 2024). Berdasarkan laporan terbaru dari Badan Narkotika Nasional (BNN) tahun 2023, prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 1,73% dari populasi usia 15 hingga 64 tahun, yang setara dengan sekitar 3,33 juta orang. Kelompok usia yang paling rentan terhadap penyalahgunaan NAPZA adalah kelompok usia produktif, khususnya usia 15 hingga 49 tahun (Badan Narkotika Nasional RI, 2024).

Penyalahgunaan NAPZA berpengaruh negatif terhadap produktivitas individu dalam berbagai aspek kehidupan sosial, termasuk dalam lingkungan keluarga, pendidikan, pekerjaan, serta masyarakat (Navisa et al., 2020). Selain itu penggunaan NAPZA juga dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan gangguan emosi yang dapat menurunkan penerimaan diri penggunanya (Sianturi et al., 2022). Penerimaan diri adalah sikap seseorang dalam menerima kondisi diri sendiri yang mencakup aspek positif dan negatif (Guo et al., 2025). Rendahnya penerimaan diri penyalahguna NAPZA dapat disebabkan karena peristiwa hidup traumatis seperti perceraian sehingga seseorang sulit menerima kondisinya dan menyalahkan orang lain (Razali, Madon, dan Hassan, 2021). Kecenderungan tersebut merupakan bentuk mekanisme pertahanan ego (Elevate Rehab, 2023). Hal tersebut dapat menghambat proses penerimaan diri dan pemulihan seseorang (Taurino et al., 2021). Berdasarkan dari kasus pasien rehabilitasi NAPZA yang mengalami kesulitan menerima kondisinya karena pengalaman masalah dan menyalahkan orang lain terhadap kondisinya saat ini sehingga terapi menulis ekspresif diperlukan untuk mengatasi hal tersebut.

Peningkatan penerimaan diri pada individu penyalahguna NAPZA dapat dilakukan dengan memberikan penatalaksanaan salah satunya dengan menulis ekspresif (Kreuter, 2020). Terapi menulis ekspresif merupakan intervensi terapeutik yang melibatkan individu dalam menulis untuk mengungkapkan pengalaman atau perasaan emosional yang sulit untuk diungkapkan secara verbal yang mengganggu pikiran (Asari et al., 2023). Pelaksanaan terapi ini peserta diminta untuk menulis tentang pengalaman yang mendalam, trauma atau peristiwa yang mengganggu secara bebas tanpa memperhatikan tata bahas dan memfokuskan pada eksplorasi terhadap pikiran dan perasaan terkait dengan pengalaman tersebut (Kristiani, Sangalang, dan Feronika, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa menulis ekspresif dapat digunakan untuk mengungkapkan pengalaman sulit yang dialami seseorang yang sebelumnya terpendam yang dapat membantu peserta mengenal makna dari trauma dan meningkatkan kesadaran diri (Jallo et al., 2024). Menulis ekspresif dapat membantu menenangkan pikiran dan emosi, meningkatkan

kesadaran diri, penerimaan masa lalu, dan kemampuan memaafkan diri, dan mengurangi risiko kekambuhan karena memperkuat motivasi diri (Kreuter et al., 2022).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa terapi menulis ekspresif dapat digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri pada pasien penyalahguna NAPZA. Hasil wawancara kepada perawat salah satu Rumah Sakit di Magelang menunjukkan bahwa, intervensi yang diberikan kepada pasien belum mencakup pada pemberian terapi menulis ekspresif untuk meningkatnya penerimaan diri pasien yang rendah. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengkaji penerapan terapi menulis ekspresif terhadap penerimaan diri pada pasien penyalahguna NAPZA.

TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat pengaruh penerapan terapi menulis ekspresif terhadap penerimaan diri pada pasien penyalahguna NAPZA yang sedang direhabilitasi.

METODE

Desain

Metode pada penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*) dengan *pre-post experimental* yang dilakukan pada satu responden laki-laki dengan penyalahgunaan NAPZA yang sedang direhabilitasi. Penyusunan *case report* ini mengacu pada pedoman CARE (Riley et al., 2017).

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien NAPZA pada Rumah Sakit di Magelang. Jumlah kasus yang dilaporkan adalah pada satu orang pasien sebagai sampel.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada April-Mei 2025 di bangsal rehabilitasi NAPZA salah satu Rumah Sakit di Magelang.

Intervensi Pada Kasus

Pelaksanaan *case report* dimulai dengan melakukan pengkajian, implementasi, dan evaluasi. Pemberian intervensi menulis ekspresif dilakukan selama 12 hari dengan durasi 30 menit setiap pertemuan dievaluasi sebanyak 3 kali dan tidak ada batasan jumlah kata yang harus dituliskan.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu instrumen *Berger Self-Acceptance Scale* yang terdiri 36 item pertanyaan dengan skala likert dengan pilihan 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = ragu-ragu, 4 = setuju, dan 5 = sangat tidak setuju. Interpretasi hasil penilaian *Berger Self-Acceptance Scale* dibagi menjadi 3 kategori yaitu

tingkat penerimaan diri rendah (total skor 0 - 110), tingkat penerimaan diri sedang (total skor 111 - 150) dan tingkat penerimaan diri tinggi (total skor 151 - 180) (Berger 1952).

Analisis Data

Analisa data dilakukan dengan membandingkan data penerimaan diri pasien NAPZA pada fase pengkajian keperawatan kemudian membandingkan dengan data penerimaan diri pasien pada periode implementasi keperawatan dan pada periode evaluasi asuhan keperawatan. Skor jumlah *Berger Self-Acceptance Scale* dihitung.

HASIL

Pasien Tn. A usia 27 tahun dirawat sejak 21 Februari 2025 di bangsal Rehabilitasi NAPZA RS X dengan diagnosa F.19.0 (*mental and behavioral disorder due to multiple drug use or other psychoactive substances*). Tn. A baru pertama kali menjalani rehabilitasi NAPZA. Riwayat Penggunaan NAPZA Tn. A. yaitu mengkonsumsi rokok sejak usia 10 tahun karena merasa penasaran. Lalu mengkonsumsi alkohol sejak usia 14 tahun karena dirinya diajak teman. Pada tahun 2014 Tn. A mencoba menggunakan pil samcodin karena coba-coba lalu dingatkan temannya untuk berhenti. Tn. A mulai mengkonsumsi ganja pada tahun 2015 dengan cara merokok. Pada 2016 Tn. A mencoba mengkonsumsi beberapa NAPZA yaitu Pil PCC, ganja, obat-obatan seperti pil *Hexymer*, *Trihexyphenidyl*, dan *Shabu (Amfetamin)*. Tn. A mengaku bahwa dirinya menjual obat *trihexyphenidyl* sejak tahun 2017 sampai awal 2025. Pada tahun 2018 sampai dengan 2023 sesudah menikah Tn. A sempat berhenti mengkonsumsi NAPZA selain rokok dan alkohol, namun pada Oktober 2023 dirinya kembali menggunakan NAPZA yaitu rokok, alkohol, ganja, shabu, dan pil *trihexyphenidyl* karena ada masalah dengan mantan istrinya yang selingkuh, pergi dari rumah membawa anak dan akhirnya bercerai. Pasien mengatakan saat usia 26 tahun pernah menjadi korban perkelahian tanpa sebab yang diketahui. Pasien mengatakan hubungan dengan keluarganya baik, namun sempat tidak direstui ketika akan menikah dengan istrinya. Tn. A sudah mengetahui bahwa NAPZA merugikan dirinya, pasien mengatakan penyebab dirinya kembali mengkonsumsi NAPZA yaitu karena adanya masalah dengan istrinya. Selama di rawat, kebutuhan sehari-hari Tn. A dilakukan secara mandiri. Terapi medis yang didapatkan yaitu *Clobazam* 10 mg/24 jam peroral, *Clozapine* 25 mg/24 jam peroral, *Divalproex Sodium* 500 mg/12 jam peroral, dan *Thiamin Vitamin B1* 100 mg/12 jam peroral. Hasil skrining URICA menunjukkan hasil 12,713 (tahap *Action*), *screening ASSIST* penggunaan tembakau (rokok) skor 12, alkohol skor 16, *Kanabis (ganja)* skor 24, *Amfetamin (shabu)* skor 19, dan obat *Trihexyphenidyl* skor 18. Hasil penilaian penerimaan diri pada Tn. A sebagai berikut:

Tabel 1. *Self-Acceptance* Pasien

	Waktu	Skor	Keterangan
<i>Pre-Test</i>	Sebelum intervensi	110	Tingkat penerimaan diri rendah
<i>Middle Test</i>	Saat Intervensi	126	Tingkat penerimaan diri sedang
<i>Post-Test</i>	Setelah intervensi	135	Tingkat penerimaan diri sedang

Berdasarkan tabel diatas sebelum dilakukan intervensi pasien mengatakan penyebab dirinya mengkonsumsi NAPZA lagi karena masalah dengan istrinya saat ditanya alasan dirinya menggunakan NAPZA lagi. Hasil kuesioner *pre-test* pada minggu pertama didapatkan hasil 110 yang menunjukkan bahwa penerimaan diri pasien rendah. Pada saat dilakukan intervensi menulis ekspresif selama delapan hari didapatkan hasil total skor yaitu 126 yang menunjukkan bahwa penerimaan diri pasien dalam kategori sedang. Setelah dilakukan intervensi menulis ekspresif selama dua belas hari didapatkan hasil total skor yaitu 135 yang menunjukkan bahwa penerimaan diri pasien dalam kategori sedang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada Tn. A alasan dirinya pertama kali mencoba NAPZA saat sekolah dasar kelas 4 karena penasaran dan coba-coba. Rasa penasaran, keingintahuan yang tinggi pada masa pubertas dan ajakan teman menjadi penyebab penggunaan NAPZA pada masa remaja (Dewi dan Purwanti, 2020). Tn. A mengaku sempat berhenti menggunakan NAPZA selain rokok dan alkohol pada 2018 sampai 2023 karena menikah dan mempunyai anak. Namun pada oktober 2023 pasien mengatakan dirinya menggunakan NAPZA lagi karena masalah dengan istrinya, istri pergi dari rumah membawa anak, lalu bercerai. Pengalaman yang penuh tekanan seperti perceraian dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan zat pada orang dewasa (National Institute on Drug Abuse, 2020). Hal tersebut membuat pasien merasa bahwa penyebab dirinya mengkonsumsi NAPZA lagi yaitu karena istrinya. Berdasarkan uraian diatas masalah keperawatan yang muncul sesuai dengan kasus Tn. A adalah terkait koping defensif, yaitu penyangkalan, dan menyalahkan diri atau orang lain terkait kondisinya.

Menyalahkan orang lain atau kondisi eksternal menjadi faktor kecenderungan seseorang yang pernah menggunakan NAPZA kambuh lagi, hal tersebut merupakan bentuk mekanisme pertahanan seseorang (Klein et al., 2024). Tn. A mengatakan bahwa memiliki hubungan yang baik dengan keluarganya meskipun pernah terjadi konflik terkait pernikahannya. Hal tersebut dapat menjadi faktor pendukung peningkatan penerimaan diri seseorang (Lee, Kim, dan Lim, 2023). Pada kasus Tn. A faktor penyebab kekambuhannya yaitu adanya masalah dengan pasangan, pengalaman traumatis, dan perasaan gagal yang menunjukkan adanya hambatan dalam penerimaan diri. Penerimaan diri perlu ditingkatkan karena dengan penerimaan diri yang tinggi maka dapat meningkatkan kesejahteraan emosional seseorang, sehingga harga diri lebih baik dan mampu mengatasi stres dengan baik (Moriah Behavioral Health, 2024). Selain itu meningkatkan penerimaan diri pada penyalahgunaan NAPZA dapat membuat individu lebih mampu menghadapi dan mengatasi pengalaman trauma dan membangun kembali identitas diri positif sehingga dapat mempercepat proses pemulihan (Curl, 2024).

Pada penelitian ini menggunakan intervensi menulis ekspresif untuk meningkatkan penerimaan diri pada penyalahgunaan NAPZA. Intervensi menulis ekspresif yang diberikan kepada Tn. A dilaksanakan dengan meminta Tn. A untuk menuliskan pengalaman masa lalu, rasa sakit yang dialami, kemarahan, penyesalan, hal berkesan, pencapaian, kelemahan dan kelebihan diri. Selama intervensi Tn. A dapat menuliskan pengalaman emosional, trauma terhadap perceraian, harapan, pencapaian, kelemahan, dan kelebihan diri, sehingga dirinya dapat mulai

memahami peristiwa tersebut dan melihat dirinya dengan lebih positif. Hasil pengisian *Berger Self-Acceptance Scale* pada Tn. A saat hari pertama (*pre-test*) didapatkan skor 110, hari ke delapan (*middle test*) dengan skor 126, dan hari ke dua belas (*post-test*) dengan skor 135. Berdasarkan hasil skor penerimaan diri pada Tn. A setelah diberikan intervensi menunjukkan bahwa terdapat peningkatan penerimaan diri pada Tn. A dari kategori rendah ke sedang. Sejalan dengan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan penerimaan diri pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi berupa menulis ekspresif (Anggara dan Beny, 2023).

Terapi dengan menulis ekspresif dapat meningkatkan harga diri (*self esteem*) pada pencandu NAPZA, dimana hal tersebut merupakan salah satu aspek yang berkaitan dengan penerimaan diri (Safaruddin, Murdiana, dan Ridfah, 2020). Selain itu menulis ekspresif memberikan efek pada proses refleksi diri, mengidentifikasi dan mengenal emosi yang berdampak positif pada penerimaan diri seseorang (Zahara et al., 2024). Terapi menulis ekspresif menjadi langkah awal seseorang meningkatkan penerimaan dirinya karena dengan menulis tentang pengalaman emosionalnya dapat mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan mental (Algristian, 2019). Selain itu menulis ekspresif dapat membantu seseorang dalam mengolah emosinya dan dapat meningkatkan penerimaan diri (Rude, Lantrip, Aguirre, & Schraegle, 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penerapan terapi menulis ekspresif terhadap penerimaan diri pada pasien penyalahgunaan NAPZA yang dilakukan selama 12 hari didapatkan hasil evaluasi *Berger Self-Acceptance Scale* meningkat dari skor 110 (penerimaan diri rendah) menjadi skor 135 (penerimaan diri sedang). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan penerimaan diri melalui penerapan terapi menulis ekspresif pada pasien penyalahgunaan NAPZA. Disarankan untuk studi berikutnya dapat melibatkan sampel yang lebih besar atau melibatkan kelompok kontrol untuk memperkuat hasil studi.

DAFTAR PUSTAKA

- Algristian, H. (2019). Expressive writing as brief psychotherapy. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(16), 2602-2606. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.402>
- Anggara, O. F., & Beny, A. O. N. (2023). Pengaruh Expressive Arts Therapy terhadap Self-Acceptance Narapidana Kasus Narkoba. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 14(1), 17-31. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v14i1.19267>
- Asari, M. N. L., Ni'mah, M., Damayanti, N., & Utami, L. H. (2023). The Effectiveness of Expressive Writing Therapy in Improving Student Academic Resilience. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(2), 144. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i2.7232>

- Badan Narkotika Nasional RI. (2024). *Masyarakat Bergerak, Bersama Melawan Narkoba Mewujudkan Indonesia Bersinar*.
- Curl, N. Von. (2024). *The Importance of Self-Acceptance in Recovery - First Steps*.
- Dewi, N. W. D. S., & Purwanti, I. S. (2020). Pengalaman Remaja Yang Pernah Menyalahgunakan NAPZA. *Jurnal Insan Cendekia*, 7.
- Elevate Rehab. (2023). *Common Defense Mechanisms Used with Substance Abuse*.
- Guo, L., Niu, Y., Li, X., Li, Y., Xue, Z., & Yang, G. (2025). Sense of meaning in life, self-acceptance, and prosocial behavior: an application of network analysis methods. *Frontiers in Psychology*, 16(April). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1533687>
- Jallo, N., Kinser, P. A., Eglovitch, M., Worcman, N., Webster, P., Alvanzo, A., ... Meshberg-Cohen, S. (2024). Giving Voice to Women with Substance Use Disorder: Findings from Expressive Writing About Trauma. *Women's Health Reports*, 5(1), 223-230. <https://doi.org/10.1089/whr.2023.0173>
- Klein, M., Dixon, J., Butler, C., & Best, D. (2024). "It's Almost as if I've Relapsed": An Interpretative Phenomenological Analysis of Addiction Therapists' Experiences With Supporting Their Clients Through Repeated Relapse. *Journal of Drug Issues*, 1-17. <https://doi.org/10.1177/00220426241277775>
- Kreuter, E. A. (2020). Incorporation of expressive writing in the treatment of drug and alcohol addiction. *Journal of Poetry Therapy*, 33(3), 179-186. <https://doi.org/10.1080/08893675.2020.1776968>
- Kreuter, E. A., R. Gilligan, G., Knickerbocker, A., & F. Rodriguez, J. (2022). Long-term Recovery from Addiction and Underlying Psychological Issues using Expressive Writing as a Potent Tool. *Journal of Psychology and Psychotherapy Research*, 9, 41-103. <https://doi.org/10.12974/2313-1047.2022.09.4>
- Kristiani, O., Sangalang, O. K., & Feronika, N. (2025). Konseling Kelompok Dengan Teknik Expressive Writing Therapy Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa Broken Home. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 5.
- Lee, Y., Kim, D., & Lim, J. E. (2023). Do expressive writing interventions have positive effects on Koreans?: a meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 14(November), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1204053>
- Moriah Behavioral Health. (2024). *The Importance of Self-Love for Mental Health*.
- National Institute on Drug Abuse. (2020). *Preventing Drug Misuse and Addiction: The Best Strategy*. 5-9.
- Navisa, F. D., Rahmawati, M. L., Hendriawan, M. R., Istiqomah, S., Iftiati, I., Akbar, R., ... Azizah, H. (2020). Penyuluhan Hukum Untuk Mewujudkan Masyarakat Anti Penyalahgunaan Narkotika Dan Psikotropika. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 1(3), 251. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v1i3.8803>

- Razali, A., Madon, Z., & Hassan, M. salah. (2021). Women and Substance Abuse: Examining the Factors Influencing Relapse. *Asian Woman*, 37(3), 51-73. <https://doi.org/10.14431/aw.2021.9.37.3.51>
- Ropei, A. (2020). Pandangan Hukum Islam terhadap Penyalahgunaan Napza pada Anak di Bawah Umur. *Mutawasith: Jurnal Hukum Islam*, 3(2), 122-139. <https://doi.org/10.47971/mjhi.v3i2.213>
- Rude, S. S., Lantrip, C., Aguirre, V. A., & Schraegle, W. A. (2023). Chasing elusive expressive writing effects: emotion-acceptance instructions and writer engagement improve outcomes. *Frontiers in Psychology*, 14(June), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1192595>
- Safaruddin, N. U., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2020). Efektivitas Expressive Writing Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pecandu Narkoba Di Program Rehabilitasi Bnn Baddoka. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 12(1), 27-36. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol12.iss1.art3>
- Sianturi, R., Ananda Hartawan, L., Arifah Rahmah, N., Nuril Kartika, P., Zulfa Safitri, M., & Nabilah, N. (2022). Efek Penggunaan NAPZA Terhadap Kesehatan Psikologis. *Journal of Health Educational Science And Technology*, 5(2), 97-114. <https://doi.org/10.25139/htc.v5i2.4671>
- Taurino, A., Antonucci, L. A., Taurisano, P., & Laera, D. (2021). Investigating defensive functioning and alexithymia in substance use disorder patients. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03340-w>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2024). *World Drug Report 2024: Harms of world drug problem continue to mount amid expansions in drug use and markets*. <https://doi.org/10.4135/9781412976961.n354>
- Wattimena, M. B., Rina, E., Toule, M., & Latupeirissa, J. E. (2022). Penerapan Ajaran Turut Serta dalam Pertanggungjawaban Pelaku Tindak Pidana Narkotika. *Tatohi Jurnal Ilmu Hukum*, 2(3), 262-271.
- Zahara, A., Cahyaningtyas, M., Maharani, P., & Ramadhana, N. D. (2024). *The role of self-reflection using Expressive Writing Therapy in Reducing Stress in Students*. 3(1), 24-33.